

FACULTÉ DE MÉDECINE DE PARIS

ANNÉE 1922

THÈSE

N°

75

POUR

LE DOCTORAT EN MÉDECINE

PAR

Barouch KONFINOF

Quelques prescriptions hygiéniques
de Maïmonide

Président : M. LÉON BERNARD, Professeur

PARIS

IMPRIMERIE DE LA FACULTÉ DE MÉDECINE
JOUVE & C^{ie}, ÉDITEURS
15, rue Racine, 15

1922

FACULTÉ DE MÉDECINE DE PARIS

ANNÉE 1922

THÈSE

N° 75

POUR

LE DOCTORAT EN MÉDECINE

PAR

Barouch KONFINOF

Quelques prescriptions hygiéniques
de Maïmonide

Président : M. LÉON BERNARD, *Professeur*



PARIS

IMPRIMERIE DE LA FACULTÉ DE MÉDECINE

JOUBE & C^{ie}, ÉDITEURS

15, rue Racine, 15

1922

FACULTÉ DE MÉDECINE DE PARIS

LE DOYEN : M. ROGER
ASSESSEUR : G. POUCHET
PROFESSEURS

	MM.
Anatomie.	NICOLAS
Anatomie médico-chirurgicale.	CUNEO
Physiologie.	CH. RICHET
Physique médicale.	ANDRÉ BROCA
Chimie organique et Chimie générale.	DESGREZ
Bactériologie.	BEZANCON
Parasitologie et Histoire naturelle médicale.	BRUMPT
Pathologie et Thérapeutique générales.	MARCEL LABBÉ
Pathologie médicale.	RENON
Pathologie chirurgicale.	LECENE
Anatomie pathologique.	LETULLE
Histologie.	PRENANT
Pharmacologie et matière médicale.	POUCHET
Thérapeutique.	CARNOT
Hygiène.	BERNARD
Médecine légale.	BALTHAZARD
Histoire de la médecine et de la chirurgie.	MENETRIER
Pathologie expérimentale et comparée.	ROGER
Clinique médicale.	ACHARD
	WIDAL
	GILBERT
	CHAUFFARD
Hygiène et clinique de la 1 ^{re} enfance.	MARFAN
Clinique des maladies des enfants.	NOBECOURT
Clinique des maladies mentales et des maladies de l'encéphale.	DUPRÉ
Clinique des maladies cutanées et syphilitiques.	JEANSELME
Clinique des maladies du système nerveux.	PIERRE MARIE
Clinique des maladies contagieuses.	TEISSIER
Clinique chirurgicale.	DELBET
	GOSSET
	LEJARS
	HARTMANN
Clinique ophtalmologique.	DR LAPERSONNE
Clinique des maladies des voies urinaires.	LEGUEU
Clinique d'accouchements.	BAR
	COUVELAIRE
	BRINDEAU
Clinique gynécologique.	J.-L. FAURE
Clinique chirurgicale infantile.	AUGUSTE CROCA
Clinique thérapeutique.	VAQUEZ
Clinique d'Oto-rhino-laryngologie.	SEBILEAU
Clinique thérapeutique chirurgicale.	PIERRE DUVAL

AGRÉGÉS EN EXERCICE

MM.			
ABRAMI	DUVOIR	LARDENNOIS	RATHERY
ALGLAVE	FIESSINGER	LELORIER	REITERER
BASSET	GARNIER	LEMIERRE	RIBIERRE
BAUDOUIN	GOUGEROT	LEQUEUX	RICHAUD
BLANCHETIERRE	GREGOIRE	LEREBoullet	ROUSSY
BRANCA	GUENIOT	LERI	ROUVIERE
CAMUS	GUILLAIN	LEVY-SOLAL	SCHWARTZ(A.)
CHAMPY	GUILLEMINOT	MATHIEU	TANON
CHEVASSU	HEITZ-BOYER	METZGER	TERRIEN
CHIRAY	JOYEUX	MOCQUOT	TIFFENEAU
CLERC	LABBE HENRI	MULON	VILLARET
DEBRE	LAIGNEL-LAVASTINE	OKINCZYC	
DESMAREST	LANGLOIS	PHILIBERT	

Par délibération en date du 9 décembre 1798, l'École a arrêté que les opinions émises dans les dissertations qui lui seront présentées, doivent être considérées comme propres à leurs auteurs, et qu'elle n'entend leur donner aucune approbation ni improbation.

A MES PARENTS

A M. le Professeur LÉON BERNARD

*Qui nous a fait l'honneur
d'accepter la présidence de
cette thèse.*

AVANT-PROPOS

Au moment de terminer nos études de médecine, nous avons cru intéressant de décrire quelques prescriptions hygiéniques que nous avons trouvées dans les œuvres de Maïmonide sur lesquelles il nous a semblé que l'auteur voulait insister.

Le sujet nous a paru d'autant plus intéressant que dans ses conceptions hygiéniques, Maïmonide a été largement influencé par les prescriptions des premiers savants juifs de l'antiquité qui ont contribué à la formation de la vie juive ; dans ses recommandations nous ne voyons pas seulement les idées professées par le savant juif du moyen âge, mais les doctrines hygiéniques d'un peuple.

Ainsi, Maïmonide insiste sur l'action nuisible de l'abus de l'alcool que les juifs, sur la recommandation de leurs sages, ont de tout temps répudié. Même de nos jours dans le pays classique de l'alcoolisme — La Russie — combien sont-ils les juifs qui s'adonnent à l'ivresse ? Il faut bien traverser de grandes agglomérations juives et à grand'peine en trouve-t-on quelques sujets.

Maïmonide, bien qu'étant un des premiers médecins de son temps, n'occupe la première place dans les pages de l'histoire juive du moyen âge que grâce à ses œuvres philosophiques.

Dans sa biographie que nous résumons dans le cours de notre ouvrage, nous n'avons pas cru devoir

mentionner ses doctrines et œuvres philosophiques parce que cela n'est ni de notre ressort ni notre but.

Enfin, qu'il nous soit permis ici de remercier nos maîtres et camarades français de la Faculté de Médecine de Montpellier, où nous avons commencé nos études, ainsi que nos maîtres et camarades français de la Faculté de Paris, où nous les avons continuées et terminées, pour le bon accueil que nous avons trouvé parmi eux. C'est avec une grande reconnaissance que nous rappellerons de la France et de ses maîtres.

QUELQUES PRESCRIPTIONS HYGIÉNIQUES

DE MAÏMONIDE

MAIMONIDE ET SES ŒUVRES MÉDICALES

Moseh ben Maïmon, plus connu sous le nom de Maïmonide, était né à Cordoue (Espagne), le 14 nissan 4895 date juive, qui correspond au 31 mars 1135, de la date chrétienne. Son père, juge de Cordoue, eut le soin de l'instruire de bonne heure.

Le jeune Maïmonide, à côté des études sur la foi mosaïque, s'est donné à la philosophie et la médecine qu'on enseignait dans les écoles juives d'Espagne.

Dès l'âge le plus tendre, il composa plusieurs œuvres philosophiques.

Les arabes — maîtres de l'Espagne à cette époque — ont commencé à forcer les juifs à accepter l'islamisme. Ayant lui-même contraint de reconnaître publiquement la religion de Mohamet, Maïmonide résolut de quitter sa patrie et reprendre sa religion. Il se réfugia en Egypte et y passa le reste de ses jours. Il y fit le commerce de pierreries, mais son talent bientôt connu et apprécié ; il fut nommé médecin du Sultan d'Egypte.

Cet emploi l'occupait beaucoup. Il fallait qu'il allât tous les jours le matin visiter le sultan, et si ce

prince, un de ses enfants ou de ses femmes étaient malades, il ne lui était pas permis de sortir du palais. Ce qu'il y avait de plus incommode, c'est que demeurant à Fostan, il avait trois quarts de lieue à faire pour se rendre au Caire où résidait le sultan. En revenant, il y avait des malades mahométans et juifs qui attendaient son retour pour être examinés.

Grâce à ses œuvres philosophiques, il passait pour la plus grande autorité parmi les savants juifs de cette époque. Pour trancher les différentes discussions philosophiques, c'est à lui qu'on s'adressait. Et lui, malgré les fatigues de sa profession, était obligé de répondre aux nombreuses lettres qu'on lui adressait de toutes parts.

Après avoir fourni une carrière si active et si féconde, il mourut le 20 tebet 4965, ou le 13 décembre 1204, âgé environ de soixante-dix ans.

Ses ouvrages sont nombreux, nous mentionnons seulement ceux qui concernent la médecine :

- 1° Aphorismes de médecine ;
- 2° Abrégé des seize livres de Galien ;
- 3° Traité des hémorroïdes et leur traitement ;
- 4° Consultation sur le ronflement du nez et du gosier, causé par l'abondance des humeurs et flegmes qui tombent du cerveau ;
- 5° Traité des poisons et préservatifs contre les médicaments qui peuvent donner la mort ;
- 6° Traité sur le coït ;
- 7° Traité de l'asthme et les médicaments propres à le guérir ;
- 8° Commentaire sur les aphorismes d'Hippocrate ;
- 9° Du régime de la santé ;
- 10° Traité de la conservation de la santé ;
- 11° Exposition des drogues ;

12° Consultation de médecine ;

13° Méthode de guérir ceux qui ont été mordus par des bêtes venimeuses, ou qui ont été empoisonnés ;

14° Traité sur les causes de maladies ;

15° Livre de médicaments ;

A part cela on trouve dispersées différentes notes sur la médecine dans ses œuvres philosophiques.

HYGIÈNE ALIMENTAIRE

« L'homme doit diriger son cœur et ses actions pour connaître Dieu : que ses actes et ses paroles tendent vers ce but. Mais comment fera-t-il ? Lorsqu'il exerce le commerce ou une industrie, pour acquérir le fruit de son travail, qu'il n'ait pas seulement l'intention d'amasser des richesses ; mais que ce soit aussi pour se procurer tout ce dont le corps a besoin, tels que : le manger, le boire, le logement, le mariage.

« De même lorsqu'il mange, lorsqu'il boit, que ce ne soit pas seulement pour jouir au point de ne manger, de ne boire que les choses agréables au palais ; mais il ne doit avoir d'autres intentions en accomplissant ces diverses actions que de fortifier son corps et ses membres. C'est pourquoi il ne doit pas manger tout ce que le palais désire comme le chien et l'âne ; mais il doit manger les choses utiles au corps, qu'elles soient amères ou douces, et rejeter celles qui sont mauvaises pour le corps, bien qu'agréables au palais.

« Prenons un exemple : celui dont la chair est chaude doit ne manger ni viande, ni miel, ni boire de vin. Il faut qu'il boive les tisanes d'herbes amères, quoique ce soit amer, parce qu'alors il est dans la position d'un homme qui boit et mange selon les règles de la médecine seulement, afin qu'il soit fort et jouisse d'une bonne santé. »

Selon les doctrines de la religion juive, le but principal dans l'existence de l'homme est de connaître Dieu et d'agir selon sa volonté et ses prescriptions. Pour atteindre ce but, l'homme doit conserver sa santé qui présente la base de ses qualités morales. Ainsi Maïmonide dit : « Puisqu'il est impossible de connaître Dieu quand on est malade, il est indispensable de fuir les choses qui altèrent le corps et de conduire sa personne dans la pratique des choses qui le fortifient. »

L'alimentation n'ayant qu'un but, la conservation de l'homme et le maintien de sa santé — chose indispensable pour connaître Dieu — Maïmonide divise la qualité des aliments non selon le goût, mais selon leur valeur nutritive et le besoin de l'organisme.

Il prend comme exemple celui qui a « la chair chaude », ce qui évidemment veut dire la température. Dans ce cas, il lui est prescrit des médicaments qu'il doit boire malgré leur goût parce qu'ils sont nécessaires pour rétablir la santé — chose agréable à Dieu — comme le dit Maïmonide.

Dans les prescriptions suivantes, Maïmonide précise les aliments nuisibles et la façon dont on doit se conduire pendant le repas.

« Si l'on doit manger la chair des volatiles en même temps que celle d'autres animaux, il faut commencer par la première de ces viandes.

« Si la nourriture se compose d'œufs et de chair de volatiles, on commence par les œufs.

« S'il y a à manger du petit et du gros bétail, on débute par le petit.

« On doit toujours commencer par ce qui est léger et finir par ce qui est lourd.

« Pour ce qui est des choses qui relâchent le corps,

telles que le raisin, les figues, les mûres, les poires, les melons, le concombre et les fruits de la même espèce, on doit en faire usage avant le repas, ne pas les mêler aux autres aliments, et attendre quelque peu jusqu'à ce qu'ils soient sortis de l'estomac, alors on mangera la nourriture ordinaire.

« Quant aux choses qui constipent, resserrent le corps, telles que la grenade, les coings, les pommes, etc. etc., on doit les manger immédiatement après le repas, mais avec une extrême modération.

« Certains aliments sont funestes, l'homme n'en doit pas user, tels sont les gros poissons salés et vieux, le fromage salé et vieux, les truffes, les champignons, la viande salée et vieille, le vin sortant du pressoir, les mets qui ont séjourné jusqu'à acquérir une mauvaise odeur.

« Les aliments qui sentent mauvais ou dont le goût est amer sont un poison pour le corps ; l'homme n'en doit donc manger que fort peu et encore à de longs intervalles ; il se gardera bien d'en faire ses repas constants ou de les mêler aux autres aliments dans tous ses repas. Tels sont les grands poissons, le fromage, le lait trait depuis vingt-quatre heures.

« La chair de gros bœufs et de grands boucs, les fèves, les lentilles, les pois chiches, le pain d'orge, le pain azyne, le chou, le poireau, les oignons, l'ail, la moutarde, les radis noirs constituent de mauvais aliments ; on n'en doit manger que fort peu, et en hiver, mais jamais en été. Et même pour les fèves et les lentilles, on n'en devrait manger ni en été ni en hiver.

« D'autres aliments sont encore mauvais, mais à un degré moindre que les précédents, par exemple, les volatiles d'eau, les petits pigeons, les dattes, la

pâte frite ou pétrie avec l'huile, la farine qu'on a ventilée au point de lui enlever toute trace de son, la saumure et les sauces faites avec du poisson salé. Il convient de ne pas trop multiplier l'usage de ses substances. »

Dans son ensemble, nous ne pourrions pas accepter les recommandations que nous venons de mentionner plus haut ; Maïmonide va jusqu'à nous défendre complètement l'emploi des fèves et des lentilles. Il est certain que ces aliments sont moins bien supportés en été, surtout dans les pays chauds. S'il les défend complètement, cela doit être dû au fait qu'on devait en abuser.

Parmi les aliments qu'on ne doit pas employer, il est mentionné la farine dépourvue complètement de son. Il ne pouvait pas consacrer à ce fait une explication scientifique, mais les observations ont dû lui montrer son effet nuisible. Aujourd'hui avec l'étude récente sur les vitamines, il nous paraît bien naturel, mais combien a dû paraître paradoxal au temps de Maïmonide que la purification complète d'un élément au fond malsain d'un aliment pourrait être considéré comme non recommandable.

Quand Maïmonide parle des aliments nuisibles, il ne se prononce pas sur le porc au point de vue hygiénique, aliment défendu par la religion juive, reconnu nuisible pour les pays chauds, où ses prescriptions étaient surtout adaptées. Ceci nous paraît bien naturel du fait que le grand philosophe, qui avait la foi de la religion juive, ne pouvait pas décrire comme hygiéniques les prescriptions qu'il a reçues de ses ancêtres comme la volonté de l'Eternel.

La suralimentation était particulièrement combattue.

« L'homme ne doit manger que quand il a faim, ne boire que quand il a soif.

« Il ne doit pas manger jusqu'à ce que son ventre soit rempli, mais il doit diminuer son alimentation dans la proportion d'un quart environ de son saoul.

« L'excès dans le manger est un poison et l'origine de bien des maladies.

« La plupart des indispositions dont l'homme est atteint ne proviennent que de mauvais aliments ou de l'ingestion surabondante d'aliments quand même ils seraient bons et sains. »

Si Maïmonide insiste sur l'effet nuisible de la suralimentation, c'est qu'il était entré dans les habitudes juives, pendant les fêtes, d'user d'une alimentation surabondante. Et s'il prétend que la plupart des indispositions provenaient de la suralimentation, cela devait être bien la réalité.

Pour éviter la fréquence de la suralimentation, Maïmonide est allé même jusqu'à déconseiller la participation aux repas où il y a un grand nombre de personnes, ce qui était équivalent à une abondante suralimentation. Les justes et les hommes pieux de l'antiquité, disait-il, n'avaient jamais mangé qu'à leur propre table.

L'abondance, d'ailleurs, devait varier selon les saisons. Ainsi il dit :

« L'homme doit manger en été les deux tiers de ce qu'il mangerait en hiver. »

Nous ne trouvons pas les causes directes de cette prescription, mais indirectement, il nous dit que pour l'augmentation de l'appétit il est nécessaire de procéder à une activité physique, à un travail de l'organisme. Or, en été, surtout dans les pays chauds, cette activité est considérablement diminuée.

Ainsi c'est la loi de dépense en travail que nous

appelons la dépense de calories, que Maïmonide préconise comme équivalent de la quantité d'aliments nécessaire à l'organisme.

Règles à observer avant de se mettre à table

« L'homme ne doit manger qu'après avoir bien observé s'il n'a pas besoin de satisfaire ses nécessités naturelles.

« Il ne mangera qu'après avoir marché avant le repas et donné ainsi la chaleur à son corps, ou s'être livré à tout autre exercice.

« S'il prend un grand bain avec de l'eau chaude après s'être fatigué, il agira sagement ; il se reposera ensuite, puis se mettra à table. »

LA CONSTIPATION ET L'INACTION COMME CAUSE DES MALADIES

« L'homme ne doit retarder aucune de ses sécrétions même une minute.

« Chacun doit faire en sorte que le ventre soit toujours relâché, tout au moins très près de la liberté fonctionnelle. Un grand principe en médecine, c'est que quand un homme est constipé ou a de la peine à évacuer, une maladie est imminente.

« Celui qui est toujours au repos, qui n'est pas occupé et n'accomplit pas ses excrétions au moment voulu, dont le ventre est resserré, quand même il mangerait des choses saines et se conduirait selon les règles de l'hygiène, celui-là sera toujours souffrant et faible.

« Toutes les fois qu'un homme s'occupe ou se fatigue beaucoup, qu'il ne se rassasie pas et que son ventre reste libre, il n'est jamais malade, sa force reste grande, lors même qu'il ferait usage des substances malsaines. »

Maïmonide nous met en garde contre la constipation et nous dit que quand on est constipé et qu'on a de la peine à évacuer, une maladie grave est imminente.

Il est vrai que toutes les fois la constipation n'a ni les mêmes causes ni les mêmes effets. Elle peut être le signe d'une hernie étranglée, d'une occlusion

intestinale, d'une appendicite ou sans que cela soit de nature fâcheuse.

Aujourd'hui les moyens de diagnostic peuvent éliminer la constipation d'un accident dangereux, mais dans le temps de Maïmonide, combien ce pronostic était justifié ! Combien mourraient soi-disant par constipation et avaient une hernie étranglée, une occlusion intestinale, une perforation intestinale, une appendicite !

Mais surtout, nous dit-il, il faut éviter l'inaction et la constipation combinées. Même se conduirait-il, ajoute Maïmonide, selon les règles hygiéniques, s'il est toujours au repos et n'accomplit pas ses excré-tions il sera toujours souffrant et faible.

Et, en effet, maintes maladies ayant comme étiologie l'inaction et la constipation, la goutte, la neurasthénie, on peut guérir ou améliorer en supprimant ces causes étiologiques. Quand Maïmonide nous parle d'éternelles souffrances, c'est évidemment de ces neurasthéniques incapables de se donner au travail ne pensant qu'à leurs maladies et constamment constipés ; de ces goutteux dont l'inaction augmente les souffrances qu'il a tiré ses observations.

Et Maïmonide en observateur fidèle se méfiait soit de la constipation, soit de l'inaction, et, surtout, de toutes les deux combinées.

DE L'EMPLOI DU VIN

« Le vin est mauvais pour les enfants, mais salulaire aux vieillards, surtout en hiver.

« Quand le sage boit du vin, il n'en prend que ce qui est nécessaire pour dissoudre les aliments ingérés.

« Celui qui s'enivre commet un péché, devient méprisable et perd sa sagesse.

« Il est défendu de boire du vin entre les deux repas du jour, fut-ce un peu, si ce n'est en mangeant. »

L'emploi de l'alcool en général n'était pas combattu chez les Juifs. Tout au contraire, il est prescrit dans la religion juive l'emploi du vin ou, à défaut, un autre liquide alcoolisé dans les prières le jour de samedi ou autres jours fériés. Cependant, les dirigeants du peuple juif lui ont toujours recommandé de ne pas en abuser. De même Maïmonide en défendant l'abus de l'alcool n'a fait que continuer l'œuvre de ses prédécesseurs. Sa tâche était facilitée par les mœurs déjà existantes, parce que le mépris de l'alcoolisme était profondément enraciné dans la vie juive.

De nos jours cette vie n'existe pas en parfait état. La dispersion du peuple juif à travers le monde l'a mis dans la situation de minorités se trouvant au contact d'autres peuples en majorité. Il a pu longtemps à travers les siècles conserver sa propre vie,

mais peu à peu, l'influence des majorités a transformé ses mœurs et sa vie. Ce serait absurde de comparer la vie d'un juif de la limite occidentale de l'Europe à celle de la limite orientale. Mais il n'est pas moins vrai que si on compare la vie chez le juif dans le même pays avec son concitoyen non-juif, il y aura tout de même, une certaine différence, plus ou moins sensible, selon le degré de son assimilation au peuple en contact — il reste encore un trait commun que la dispersion et l'assimilation n'a pas effacé.

Nous avons donné comme exemple la Russie où l'alcoolisme est entré profondément dans les mœurs de la population russe et où les juifs ne s'adonnent nullement à l'ivresse. De même dans notre ville natale Sofia (Bulgarie), où habitent environ 20.000 juifs, sur une population de 150.000, à ma connaissance, il n'y a que 3 personnes qui s'adonnent à l'ivresse dont 2 marchands de vin. Tandis qu'on voit des dizaines et centaines de non-juifs remplir les bars tous les soirs après leur travail. Et si on établissait une statistique on verrait que même dans les pays où les juifs se sont presque confondus avec leurs concitoyens non-juifs, la différence est non moins frappante. Ceci, c'est à ses savants que le peuple juif le doit et Maïmonide, en insistant sur l'effet de l'abus de l'alcool, a sa part dans cette œuvre.

SOINS DE PROPRETÉ

« On doit prendre un bain tous les sept jours, mais jamais immédiatement après manger, ni quand on a faim : il faut attendre que les aliments commencent à être digérés.

« On doit laver son corps avec de l'eau chaude et non bouillante, la tête seulement avec de l'eau assez chaude pour brûler la peau. On lave ensuite le corps avec de l'eau tiède, puis avec de l'eau de moins en moins tiède, jusqu'à se servir d'eau froide.

« On ne doit pas se laver le corps avec de l'eau froide en hiver.

« On ne doit pas se laver qu'après avoir provoqué la transpiration et fait frotter son corps.

« Le séjour au bain ne sera pas prolongé ; sitôt après la sudation et les frictions on fera les ablutions et on sortira.

« En sortant du bain, il faut mettre ses vêtements et se couvrir la tête dans l'intérieur même de l'établissement, de ne pas avoir froid. »

Même en été, on doit prendre ces précautions.

« Le disciple du sage doit avoir des vêtements convenables et propres. Il lui est interdit d'avoir des souillures sur ses habits ou des taches d'huile ou autres.

« Ses habits ne doivent point traîner par terre, comme ceux des hommes fiers, mais arriver seulement jusqu'aux talons et aux poignets. »

Maïmonide préconise comme soin de propreté un bain toutes les semaines et des habits propres. Or dans cet ordre de prescriptions, il est prescrit dans la religion juive de se laver les mains après avoir été à la selle et avoir uriné, avant de se mettre à table, de même qu'il leur est recommandé d'en faire autant après avoir mangé. Maïmonide ne donne pas à ces prescriptions des raisons hygiéniques, mais il en parle dans ses œuvres philosophiques comme un des rites du culte des ancêtres.

Quelle a pu être l'origine de ces prescriptions religieuses dont Maïmonide se limite à parler dans ses œuvres philosophiques ?

Pour ceux qui conservent la foi de la religion, telle qu'elle leur a été transmise par leurs ancêtres, la question se trouve d'elle-même résolue : ainsi a été la volonté de l'Eternel transmise aux sages d'Israël ; ainsi il faut continuer. Pour nous, la question se pose autrement : toutes les prescriptions avec application hygiénique sont le produit des observations des premiers législateurs juifs de l'antiquité. Quand ils voyaient l'effet néfaste d'une cause quelconque, ils la proscrivaient, soit qu'ils la croyaient déplaisante au Créateur, soit qu'ils la donnaient comme telle pour être strictement observée par les croyants.

Et dans ce dernier cas, que nous croyons correspondre à la réalité, quelles ont dû être les idées conductrices des législateurs ?

Si nous remontons à une époque plus lointaine dans l'histoire du peuple juif nous trouvons des signes que les anciens préoyaient l'existence d'éléments qui sont capables de transmettre les maladies et qui se trouvent à la surface du corps humain ou des malpropretés. Nous n'osions pas leur prêter la

pensée précise de l'existence des éléments animés dont le microscope seul nous a donné la connaissance.

Dans le temps de Moïse, celui qui avait touché un cadavre était considéré comme souillé sept jours, devait laver son corps et ses vêtements et alors il était considéré le septième jour, comme purifié.

Quand Moïse parle des maladies transmissibles, il décrit les signes de la lèpre, de la teigne et ajoute : « Dès que le souillé aura été reconnu par le sacrificateur (1) guéri de la teigne, il lavera ses vêtements et sera déclaré net. Si le patient a une lèpre ulcérée il demeurera seul, sa demeure sera hors du champ et le vêtement soit de laine, soit de lin, soit de pellerie, qui aura été souillé par la lèpre rongeante sera brûlé au feu. Le lépreux reconnu guéri sera purifié, lavera ses vêtements et son corps, rasera tout son poil, retournera au camp, mais ne pourra rentrer dans sa tente qu'au bout de huit jours. »

D'autre part il est dit dans le Talmud qu'il est défendu de boire de l'eau dans les ruisseaux troublés, et qu'il ne faut pas introduire les doigts dans les orifices naturels le matin avant de se laver les mains.

Quel pouvait être le sens de cette défense ?

Pour nous, les anciens législateurs devaient bien penser que les mains malpropres étaient la source de maladies, c'est-à-dire, qu'à leur surface il pouvait exister quelques choses, cause de maladie, que l'eau devait enlever.

Surtout il est considéré comme un grand péché de ne pas se laver les mains après être allé à la selle ou après avoir uriné. Cette prescription encore ne peut avoir comme objet pour l'auteur que l'idée que les selles et les urines étaient porteuses de maladies.

1. Le sacrificateur remplissait le rôle du médecin.

Nombreuses sont les prescriptions de ce genre qui se trouvent dans les pages de la Bible, du Talmud et en général dans la littérature ancienne qui font penser que les anciens supposaient des éléments qui échappaient à leur vue, mais dont ils se doutaient. Allaient-ils jusqu'à penser à l'existence des microorganismes, nous ne pouvons pas l'affirmer, parce que nulle part nous ne le trouvons dans une forme nette, mais nous tendons à le croire.

LE REPOS ET LE SOMMEIL

« Le jour est composé de vingt-quatre heures; le tiers suffit pour le sommeil, c'est-à-dire huit heures.

« On ne doit se coucher ni sur le ventre, ni sur le dos, mais sur le côté : au commencement de la nuit, sur le côté gauche; à la fin de la nuit, sur le côté droit.

« On ne doit pas se coucher immédiatement après le repas ; il faut attendre trois ou quatre heures.

« Il est mauvais de dormir le jour.

« Après le repas, l'homme doit rester assis ou couché sur le côté gauche : il ne marchera, ni ne montera à cheval, ni ne se fatiguera, ni agitera son corps, ni ne se promènera, jusqu'à ce que les aliments aient été digérés. Celui qui se promène ou qui se fatigue après avoir mangé, s'expose à de graves maladies. »

Pour le repos du corps Maïmonide préconise huit heures de sommeil. Du repos hebdomadaire, le jour de samedi, il ne parle pas dans ses œuvres médicales. Cependant, ce jour doit être strictement observé par les Juifs.

Il est à remarquer que le motif de cette observation est le repos même. Ainsi, il est dit dans l'écriture : Dieu a créé le monde dans six jours et s'est reposé le septième : le samedi.

Ce jour est consacré par les Juifs au repos aussi bien du corps que de l'esprit. Il leur est défendu de penser aux difficultés quotidiennes de la vie, d'être

triste. Après la mort d'un membre de sa famille, le Juif doit rester chez lui pendant sept jours, sans sortir de sa chambre, tâcher d'oublier le malheur qui l'a atteint et faire ainsi reposer complètement son esprit.

HYGIÈNE GÉNITALE

« La copulation, c'est la force du corps, c'est la vie, c'est une lumière pour les yeux ; mais lorsqu'on en abuse, le corps est consumé dans sa vigueur, la vie est anéantie. Salomon l'a bien dite dans sa sagesse : « Ne donne pas ta force aux femmes. »

« On ne doit copuler que quand on se croit sain et très fort.

« Lorsque l'homme est en état d'érection, d'une manière naturelle et inconsciente, et qu'après avoir dirigé ses pensées vers d'autres sujets, il sent l'érection persister, qu'il éprouve des lourdeurs dans les reins, que les cordons des testicules sont comme tendus et que sa chair est chaude, c'est qu'il a besoin de copuler, et il est alors hygiénique de le faire.

« On ne doit pas se livrer au rapprochement sexuel quand on est rassasié ni quand on a taim ; il faut toujours attendre que les aliments soient digérés. Avant comme après la copulation on doit s'observer pour voir si le besoin d'uriner ou d'aller à la selle n'est pas urgent.

« Il ne faut pas se livrer au rapprochement sexuel, debout ou assis, ni au bain, ni au moment de se mettre en voyage ou d'en être revenu.

« Quiconque est plongé dans l'abus des femmes se voit assailli par la décrépitude ; sa force est perdue, ses yeux affaiblis : une mauvaise odeur s'exhale de sa

bouche, de ses aisselles; ses cheveux, ses sourcils, ses cils tombent.

« Les poils de la barbe, des aisselles; des jambes se multiplient au contraire; les dents s'ébranlent et tombent. En outre, d'autres maladies sont imminentes. Les médecins ont dit : « un homme sur mille meurt de maladie ordinaire, et mille par l'abus des femmes. » Ainsi doit-on prendre ses précautions à ce sujet, si l'on veut vivre sans souffrances.

« Il convient que le disciple du sage se conduise avec sainteté. On ne doit pas toujours le trouver auprès de sa compagne, comme le coq, mais bien les vendredis soir, si ses forces le lui permettent. Il ne doit se livrer à ses rapports sexuels ni au commencement de la nuit quand sa digestion n'est pas terminée, ni à la fin de la nuit parce qu'il est à jeun mais seulement au milieu de la nuit quand les aliments sont bien élaborés.

« L'homme et la femme ne doivent être ni ivres, ni paresseux, ni tristes. Le mari ne doit pas forcer la femme à la copulation, celle-ci ne doit avoir lieu que d'un consentement mutuel. Le mari doit s'entretenir et rire quelque peu avec sa compagne, jusqu'à ce qu'il se sente disposé à l'acte sexuel; il copulera alors avec pudeur et non avec audace puis se retirera aussitôt après.

« Celui qui se conduit toujours ainsi non seulement purifie et sanctifie son âme, mais encore aura l'avantage d'obtenir des enfants beaux, pudiques et capables d'acquérir la sagesse et la piété.

« Tandis que celui qui a les habitudes des gens du peuple, qui marche dans les ténèbres, aura des enfants comme les leurs. »

Toute cette minutieuse description, ornée parfois d'une certaine exagération, est guidée de trois grands

principes : la conservation de la santé ; la préservation d'une descente morale et d'assurer la santé physique et morale de la descendance.

D'ailleurs, la descendance, surtout la descendance masculine, a toujours préoccupé les juifs. Le fils (à défaut la fille) sera celui qui, chaque année, par la messe anniversaire dite pour le repos de l'âme, entretiendra sa mémoire. Mais pour que le descendant puisse lui faire la messe aniversaire, il faut qu'il soit sain. Comme le dit Maïmonide : « Il est impossible de connaître Dieu quand on est malade. » De là le besoin qu'avaient les juifs de connaître les causes qui sont de nature à compromettre la santé physique et morale des descendants.

Il est à remarquer que Maïmonide s'inspire dans ses prescriptions du principe que les qualités des descendants sont en dépendance directe de celles des ascendants au moment de la copulation : s'ils sont tristes, ils transmettront la tristesse à leurs descendants ; s'ils sont ivres, ils transmettront les vices qui découlent de l'ivresse. C'est en somme les lois de l'hérédité que Maïmonide professe et qu'il résume ainsi : « Celui qui a les habitudes des gens du peuple, qui marche dans les ténèbres, aura des enfants comme les leurs. »

LA CIRCONCISION

La circoncision est considérée par Maïmonide comme « Mizva » (chose agréable à Dieu), et n'entre pas dans ses prescriptions hygiéniques. Mais, ici encore, nous croyons trouver l'œuvre hygiénique.

Nombre d'accidents des organes génitaux avaient pour cause le prépuce rétréci. A l'heure actuelle, la chirurgie, avec l'aide de l'asepsie, n'a pas de peine à lutter contre ces accidents ; il en était tout autrement en ces temps reculés. Même encore nous croyons que la circoncision est un moyen à recommander, surtout parmi les masses du peuple. Le prépuce, en lui-même ne préserve en rien le gland. Et d'ailleurs, les juifs et les musulmans qui en sont privés par la circoncision n'y trouvent aucun inconvénient. Par contre, les sécrétions accumulées par nombre de sujets, surtout par ceux qui ne prennent pas des soins de propreté, sont cause, bien souvent, d'inflammations. De même, lors des revues médicales, nous avons observé dans un régiment bulgare, nombre de soldats chrétiens avec des sécrétions accumulées entre le gland et le prépuce, contraste frappant avec les organes génitaux propres des soldats musulmans du même régiment. En ajoutant à cela les inconvénients du prépuce rétréci, nous croyons que cela devait être une pratique à conserver et même à propager parmi ceux dont les croyances et traditions ne les obligent pas à y avoir recours.

En terminant nous voudrions mentionner un point qui représente la base des conceptions médicales de Maïmonide.

Maïmonide ne considérait pas l'évolution des connaissances médicales comme terminée. Il admettait que la pratique complète les connaissances médicales, et dans des conseils qu'il donnait à son fils comme moyen de conserver la santé, il dit qu'il ne faut pas qu'il ait recours aux livres médicaux pour se soigner ou préserver sa santé, mais qu'il doit consulter un médecin qui a l'habitude de soigner des malades. Dans d'autres conseils qu'il lui adresse, il lui dit que pour toute question, il faut agir selon les idées des contemporains, et en second lieu des anciens.

Il est certain que l'homme subit son adaptation et sans prendre les extrêmes, il n'est pas moins vrai que même de génération en génération il y a des changements qui ont leur influence sur la résistance de l'organisme aux agents extérieurs. Et si pour les hommes d'un siècle certains moyens sont suffisants pour le maintien de la santé, ces mêmes moyens peuvent se trouver insuffisants pour un autre siècle.

Ainsi deux grands principes guident la pratique médicale de Maïmonide et ses conceptions hygiéniques : l'art médical s'acquiert et se complète par le contact avec les malades ; les prescriptions hygiéniques et le traitement des maladies doivent s'inspirer du tempérament actuel et non de celui du passé.

CONCLUSION

Maïmonide, comme nous l'avons dit, dans ses prescriptions hygiéniques a eu en vue la vie juive avec ses vertus et ses défauts. Il prescrivait et continuait à propager les moyens qui faisaient leurs preuves et combattait les habitudes qui causaient des préjudices à la santé. Et si nous voyons défendre des moyens qu'à l'heure actuelle on peut difficilement concevoir, cela s'explique par l'exagération de leur emploi parmi les juifs de son époque.

Un point reste capital dans ses prescriptions. Toutes les prescriptions d'ordre religieux qu'il a reçues en héritage de ses ancêtres, Maïmonide leur a conservé leur caractère mystique. Et si nous nous bornons à lire seulement ses œuvres médicales, il nous apparaîtra un vide, qui cependant se complète par ses œuvres philosophiques. Et d'ailleurs, cela n'avait pas d'importance pratique pour son temps. Tout ce qui était d'ordre religieux était considéré comme chose acquise. Il était inutile de parler à un peuple qui était animé par la foi religieuse qu'il était hygiénique de conserver la circoncision, de se laver les mains après avoir été à la selle, etc., quand sa foi le lui prescrivait. Et lui-même, fidèle à la foi des ancêtres, ne pouvait pas donner un sens laïque aux prescriptions provenant de la volonté de l'Eternel.

Mais Maïmonide ne s'attachait pas aux dogmes, sans prévoir des changements. Il était le médecin praticien, qui croyait au progrès de la médecine que l'observation des malades était capable de doter. Et sur ce point, il avait les mains libres, parce que les conceptions du judaïsme admettent la non-observance des lois religieuses si l'intérêt du maintien de la santé l'exige — chose indispensable pour connaître Dieu

— principe essentiel du judaïsme. Et pour cela il recommande de suivre les idées de ses contemporains et en second lieu des anciens.

Appartenant à une des plus fructueuses époques de l'histoire juive — Epoque d'Espagne — Maïmonide nous montre une dernière étape de l'évolution de l'hygiène chez le peuple juif dans l'apogée de son développement. Mais, disons-le tout de suite, les recommandations et les règles hygiéniques des premiers apôtres de la science juive n'ont pas subi de démentis vers la fin du moyen âge. Même à l'heure actuelle, quand, grâce aux connaissances étiologiques des maladies, l'hygiène a subi une vraie révolution, les anciennes conceptions des savants juifs restent encore en honneur.

Après Maïmonide de grands malheurs ont atteint la partie la plus vivante du peuple juif de cette époque, les juifs d'Espagne. Expulsés de ce pays, ils ont dû se disperser à travers le monde. Les uns ont trouvé asile en France, en Belgique, en Hollande et en Italie ; les autres, en plus grande partie, se sont réfugiés dans l'ancien Empire Ottoman, actuellement Pays Balkanique et Asie-Mineure. Les persécutions n'ont pas manqué pour les autres parties du peuple juif, ce qui a bouleversé son activité. Beaucoup de juifs ont pu contribuer au développement de l'hygiène, mais ce n'est plus comme continuité de la science juive et comme point de départ des conceptions de leurs ancêtres.

Vu : le président de la thèse,
L. BERNARD

Vu : le Doyen,
ROGER

Vu et permis d'imprimer,
Le Recteur de l'Académie de Paris,
P. APPELL

